

LAS EMOCIONES: UN VIAJE AL CORAZÓN INMENSO DE LOS MÁS PEQUEÑOS.

La “escolarización” de las emociones.

De manera paradójica podíamos decir que aunque las emociones nunca salen de la escuela no siempre entran en ella. Entrar en el aula, sobre todo para los más pequeños, no ha de significar salir de sí mismos. Allí donde surge y se da una interacción personal la emoción se hace presente. El reto de una pedagogía con corazón es que ese hacer presente la dimensión emocional de todo ser humano pueda ser vivido por los niños y niñas y por sus maestros como un verdadero presente, es decir, como un auténtico regalo.

En la cotidianidad escolar, el predominio del desarrollo de lo cognitivo, de lo intelectual y de los contenidos informativos de tipo conceptual es abrumador, por no decir casi exclusivo y, a veces, excluyente.

Sin emoción no hay escuela, ni pedagogía, ni vida. Los niños son pura emoción porque en ellos la vida late en toda su fuerza y pureza. La mayor perversidad de un sistema educativo está en llegar a minar el entusiasmo natural de los niños y sus ganas incontenibles por aprender. Dar carta de naturaleza a las emociones y concederles el lugar primordial que han de ocupar en la escuela traerá consigo una continua toma de conciencia y un permanente replanteamiento del *sentido y significado de lo que hacemos* y de todo aquello que proponemos a los alumnos.

El riesgo de la presencia de las emociones en la escuela es que, finalmente, acaben excesivamente “escolarizadas”, es decir, que acaben reducidas a un contenido curricular más o que terminen adormecidas o muertas en un libro de texto o en fichas de educación emocional. Tendremos que estar muy atentos para no acabar en una mera *intelectualización de las emociones* o en una simple sucesión de tareas y actividades que tienen por contenido las emociones y los sentimientos. Más que hacer cosas programadas previamente sobre las

emociones lo que sugiero es tomar conciencia de ellas cuando aparecen espontáneamente en el fluir del cotidiano vivir, sentirlas, habitarlas, saborearlas, expresarlas, comunicarlas y compartirlas.

Las emociones no están en los libros o programas, vienen con los niños, están en ellos, modelan sus cuerpos y sus conductas y, por tanto, es ahí donde tenemos que abordarlas y tratarlas. Las emociones que acompañan las tareas, los encuentros, las tensiones, los problemas o las situaciones que espontánea y naturalmente se dan en la convivencia constituyen el programa de trabajo: se trata de hablar, hacer, jugar, dibujar o leer en torno a lo que pasa y cómo vivimos eso que nos pasa.

El emocionar.

La “emoción” es sustantivo, nombre, denominación o designación. Por eso es fácil que las emociones terminen siendo “*un contenido curricular más*”. El “emocionar”, por su parte, es verbo, es acción y movimiento. El “emocionar” convoca, provoca, vincula y nos sitúa en el ámbito de lo que hacemos y vivimos, más aún, de lo que somos. De ahí la necesidad y el reto de hacer de él no tanto un contenido más sino “*un continente*”, una atmósfera, una dinámica y una actitud.

El tejido vivo de una clase, todo grupo humano asienta su vitalidad y basa su óptimo funcionamiento en la *calidad de sus emociones*. El modo de emocionar de cada niño o niña e incluso de su maestra, lo que se siente en un momento dado, ante cualquier hecho o acontecimiento, especifica un *determinado espacio energético y relacional* en el que se conduce la clase y propicia un actuar de manera singular. Es lo que da carácter a nuestras acciones y a las relaciones que construimos en base a ellas. La emoción especifica el espacio donde uno está y conforma lo que, tanto niños como adultos, podemos ver.

Por eso, todo educador infantil ha de ser educado y preparado para ser sensible y percibir *cuál es la emoción en la que se sostiene una determinada conducta*. Simplemente porque es la emoción con la que hacemos o recibimos algo la que acaba definiendo y conformando la cualidad de nuestras acciones e intervenciones. El educador ha de sumergirse en un espacio-tiempo de autopercepción, en una dinámica autosensitiva en la que se hace consciente de *lo que siente en este preciso momento, de la emoción que sostiene su manera de actuar* así como lo que piensa acerca de todo eso.

En la educación emocional la palabra clave es *conciencia*. Palabra que bien podría sustituir a otras como “inteligencia” o “control”, ya que las abarca, las integra y va mucho más allá que ellas.

La atmósfera emocional.

Las emociones participan de lleno en lo que llamo “*aprendizaje atmosférico*”, ya que más que transmitirse como un “contenido” se contagian como un “estado”. No se trata de hacer puntualmente actividades y tareas en torno a las emociones sino de acoger y elaborar las emociones que espontáneamente van surcando los cielos y los suelos de la convivencia así como crear determinadas atmósferas emocionales que puedan favorecer el contacto y vivencia con lo mejor de cada niño. Los aprendizajes atmosféricos surgen de contextos vivenciales que son asiduos, continuos y habituales para los niños y suelen ser más sutiles, y por tanto más efectivos, que los que se realizan a través de intervenciones tan directas y explícitas como escasas, ocasionales y esporádicas.

El emocionar como “atmósfera” acaba siendo algo así como un aprendizaje que se respira, que envuelve, que penetra y se incorpora casi sin darnos cuenta. De esta manera, las emociones dejan de ser mero contenido para convertirse en continente de todo lo que se vive en el aula.

Los niños se educan no con lo que decimos sino con lo que nos ven que hacemos y vivimos de manera natural, espontánea y habitual. Es el modo de presencia de la maestra y la calidad de sus acciones, la manera como hace danzar sus propias emociones en el escenario de su labor cotidiana, lo que conforma una *atmósfera* que sus alumnos respiran de manera continuada y acaban incorporando casi sin darse cuenta.

Es por esta razón que no me canso de insistir, una y otra vez, que en orden a la educación de las emociones, de las actitudes y de los valores, *el recurso por excelencia es el propio maestro*. Por eso propongo reconvertir el clásico abordaje *transversal* que los disemina y reparte en las diversas áreas o asignaturas por una visión y vivencia *medular*, que los aglutina y encarna en un educador que los ha integrado, los ha incorporado y los moviliza de manera habitual como partes de su manera de ser y vivir.

Asumir un modelo atmosférico trae consigo una cierta liberación de la *presión* curricular o de contenidos así como de la *prisión* de libros de textos y fichas. Desde este modelo, las emociones se abordan no porque “tocan” en la programación sino cuando un niño o el grupo “es tocado” por alguna emoción en una situación vivencial que se caracteriza por su *autenticidad y realismo*, ya que se abordan tal y como se suscita y aparece en la vida real del alumno, así como por su *relevancia*, al estar vinculada a una experiencia vital y relacional del niño en su convivencia con los otros.

La mayoría de los contextos que se generan en las escuelas suelen ser eso, “*contextos*”, es decir, material impreso. La educación emocional que propongo se basa, sobre todo, en “*contextos sin textos*”, es decir, en situaciones más presenciales, situacionales y vivenciales. Los textos, las reflexiones más intelectuales vienen después, para completar, ahondar, pulir y dar forma a algo que, primeramente, fue experiencia vital, algo que afectó y conmovió a la totalidad del cuerpo y del ser del niño.

Los vínculos del Corazón.

La incorporación de las emociones a la cotidianidad escolar abre la posibilidad de vivir toda experiencia pedagógica como una *experiencia vincular*. Compartir tareas escolares no necesariamente genera y afianza vínculos amorosos o de amistad. Los vínculos meramente intelectuales, instrumentales o funcionales no tienen la suficiente fuerza, energía ni consistencia, por sí solos, como para trazar cartografías que favorezcan la creación de un espacio o tejido grupal o de un cuerpo de relaciones armónicas en el aula y difícilmente propician experiencias de auténtico encuentro personal. La tarea para el educador infantil es continua: enlazar, entrelazar, trazar puentes, vincular, relacionar, favorecer encuentros, anudar relaciones amorosas entre los niños.

Aquí pueden jugar un papel significativo los *símbolos* ya que trazan un espacio intermedio entre lo conceptual y lo material que resulta asequible y comprensible para los más pequeños. El simbolismo, considerado como una especie de arte de pensar mediante imágenes, conecta con el pensamiento propio de las primeras edades.

Dos grandes símbolos he usado en mi más reciente experiencia con los niños:

- El Corazón, como espacio en el que podemos adentrarnos con nuestra atención y nuestro pensamiento consciente y donde conectamos con esa Emoción, con mayúsculas, que nos permite sentir y vivir lo mejor de nosotros mismos. Al amparo de la metáfora del Corazón el niño puede construir puentes entre su mundo emocional y el mundo en el que vive y como recurso metodológico para el maestro le ofrece una impresionante posibilidad de hacer sencillo y asequible lo más sutil e inefable.
- Pinocho, inicialmente la mascota de la clase y que, finalmente, acabo convirtiéndose en una representación tangible en la que podíamos ver y tocar el “corazón de la clase”.

Latidos y pautas fundamentales en la gestión afectivo-emocional.

1. Considerar y abordar las emociones como algo *importante y de gran alcance educativo*, adjudicándoles el espacio y tiempo necesarios para su gestión.
2. Atender y no ignorar lo que el niño siente, vive o expresa en cada momento.
3. Afrontar las emociones “negativas” como reto y oportunidad y no impacientarnos cuando aparecen emociones “menos agradables”.
4. Respetar y convalidar las emociones de los niños y niñas.
5. Fijar límites con claridad, contundencia y coherencia.

Ante una situación concreta el educador puede seguir estos pasos o pautas que pueden representar una *estrategia básica* para la gestión de las emociones:

1. Darse cuenta de lo que está pasando y de lo que siente el niño en esa situación.
2. Estar presentes empáticamente y convalidar las emociones, reconociendo que el niño tiene todo el derecho del mundo a sentir lo que siente.
3. Animarle a expresar las emociones, ayudándole a identificarlas, nombrarlas y describirlas.
4. Fijar límites a la conducta y ayudar a una adecuada gestión de la situación dada.

Puede consultarse una descripción más ampliada de estas pautas en el capítulo dedicado a la educación emocional de mi libro *Educación con Co-razón (2005) (13ª ed)*. Bilbao. Desclée de Brouwer

TÍTULO. LAS EMOCIONES: UN VIAJE AL CORAZÓN INMENSO DE LOS MÁS PEQUEÑOS.

RESUMEN:

Las emociones han sido, durante mucho tiempo, ignoradas, cuando no censuradas y proscritas en la escuela. Las emociones han de ser algo plenamente “escolar”, por cuanto constituyen una dimensión esencial de la persona del niño y del adulto y afectan claramente al aprendizaje. En este artículo se advierte del peligro de una “escolarización de las emociones” y se propone la generación de atmósferas y contextos vivenciales en los que no sólo se enseñe a los pequeños a gestionar sus emociones sino a contactar con los mejor de sí mismos.

AUTOR.

José María Toro Alé.

Maestro de Educación Primaria. Escritor y formador.

Email: jmtoroa@gmail.com

BLOG: La Sabiduría del Co-razón. <http://jmtoroa.blogspot.com.es/>

BIBLIOGRAFÍA DEL AUTOR:

La vida maestra (El cotidiano como proceso de realización personal). *Desclée de Brouwer*. Bilbao. 2001.

ISBN: 9788433016331

Educación con Co-razón . *Desclée de Brouwer*. Bilbao. 2005 ISBN: 84-330-2011-0 (13ª edición)

As Duas faces inseparáveis da educação: coração e razão. *Edições Paulinas. Brasil.* 2007 ISBN 8535620508 |

La sabiduría de vivir. *Desclée de Brouwer*. Bilbao. 2008 ISBN 9788433022745 (3ª ed)

Descansar. Descansar para ser.(Propuestas para liberarnos del secuestro del descanso). *Desclée de Brouwer*. Bilbao. **Desclée 2010.** ISBN 978-84-330-2451-0 (2ª ed)